MOVE / 052

홈트 영상 선택의 기준

난도와 설명부터 확인해요.

01
대상
누구를 위한 영상인지 살펴요.

02
안내
자세와 중단 기준 설명이 있는지 봐요.

03
적용
내 상태에 맞지 않는 동작은 따르지 않아요.



VIDEO

DAILY RECEIPT / 252